



## **Nr. 35**

### **RSI Kop en staart van de tennisarm**

*Josée Hendriksma*

RSI, de zogenaamde 'muisarm', lijkt een kwaal van deze tijd maar werd al eeuwen geleden beschreven, bijvoorbeeld bij middeleeuwse monniken met schrijfkrimp. RSI betekent 'verwonding door herhaalde belasting' en komt tegenwoordig in vele beroepen voor, o.a. bij beeldschermwerkers.

Deze brochure biedt een grondig maar helder inzicht in wat RSI is, hoe het ontstaat en vooral: hoe het te voorkomen en te behandelen is